योग शिक्षा के प्रति महिला शिक्षिकाओं की अभिवृत्ति का अध्ययन

"बेटी बचाओ, बेटी पढ़ाओ"

शोध रूपरेख
शिक्षा में डॉक्टरेट के पंजीकरण के लिए प्रस्तुत
शिक्षा विभाग में

पर्यवेक्षिका	**शोधकर्त्री**
प्रो. (डॉ.) मन्जू शर्मा	मिनाक्षी सुलोदिया
डायरेक्टर फैकल्टी ऑफ एजुकेशन एंड मेथाडोलॉजी	JVR- 1/21/5846

शिक्षा विभाग

ज्योति विद्यापीठ महिला विश्वविद्यालय,
जयपुर

2022

अनुक्रमांणक

क्र .□.	विषयवस्तु
1	परिचय
2.	□□□ अध्ययन □औचित्य □□ महत्वः
3.	सम्बन्धित साहित्य का □□□□□□□□□
4.	□□□ समस्या □□□
5.	□□□□□□ □उद्देश्य
6.	□□□□□□ की परिकल्पना
7.	□□
8.	प्रदत्तों की प्रकृतिः
9.	□□□□□□ □□□□
10.	जनसंख्या
12.	न्यादर्श
13.	□□□□□□ □□□□□
14.	□□□ □□ परिसीमन
15.	सांख्यिकी प्रयुक्त □□□□
16.	सन्दर्भ ग्रन्थ □□□

शोध सारांश

”योग धर्म नहीं कल्याण का विज्ञान है सभी रोगों का यही समाधान है।“

हिंदी संगठन

1. परिचयः-

शिक्षा मानव के विकास की महत्वपूर्ण जड़ है शैशवावस्था से ही शिशु विभिन्न तरीकों से शिक्षा प्राप्त करता है अर्थात मनुष्य शुरू से ही चिंतनशील प्राणी रहा है मनुष्य अपने सामाजिक विकास हेतु अनेक प्रकार के प्रयास निरंतर करता रहता है भौतिक सुख.सुविधाओं अर्जित करने हेतु प्रयासरत रहता है जिससे मानव कई प्रकार की समस्याओं से ग्रसित हो चुका है अर्थात आधुनिक युग में भौतिक सुख सुविधाओं को बड़े स्तर पर अर्जित करने के पश्चात मानव जीवन और संघर्ष में हो गया है संपूर्ण जीवन जटिलता युत्त हो चुका है जिससे समाज में असुरक्षा ए भयए अशांति के वातावरण के कारण आज बालक उस वातावरण में अपने क्रियाओं एवं व्यवहार का क्रियान्वयन स्वतंत्रता पूर्वक करने तथा अपने लक्ष्य को प्राप्त करने में निष्फल प्रतीत होता जा रहा है जिसके के कारण मानसिकए शारीरिक तथा सांवेगिक तनाव से वह ग्रसित होता जा रहा है और बालक इन्हीं से संघर्ष करता रहता है जिससे उसके काश का मार्ग अवरुद्ध हो जाता है इन्हीं सब समस्याओं को ध्यान में रखते हुए वर्तमान समय में शिक्षा विभाग ने योग की ; उपादेयताद्ध उपयोगिता के हर पक्ष को ध्यान पूर्वक ग्रहण करने के पश्चात प्राप्त प्राथमिक ए□ उच्च प्राथमिक स्तर □□ □□□ □□□ स्कूल स्तर □□ □□□□ विद्यालयों में य□□ शिक्षा की शुरुआत □□ □□ □□ □□□□ □□ □□□ □□ □□□□ □□□□ □□ स्वयं □□ □□□□□□□ में ग□□□ □□□□ □□□□□□ □□□□ □□ स्वस्थ उ□□ □□□□□□ □□□□□ □□□□□ शिक्षा □ माध्यम □□ बालकों □□ □□□□□ □□□□ शारीरिक विकारों से मुक्ति प्राप्त हो□□ □□□□□ शब्दों मेंए य□□ □□□□□□ की प्राचीन पृ□□ □□ □□□□ द्वारा संग्रहित र□□□ बहुमूल्य र□□□□ □□ शिक्षा □ क्रमिक □□□□□ □□□□□ □□□□ □□□ □□□□□□□ □□□ □□□□□ प्रशिक्षण अत्यंत आवश्यक □ बालकों □ सर्वांगीण □□□□ में र□□□ महत्वपूर्ण भू□□□ शिक्षकों की □□□□ □□ क्योंकि शिक्षकों के प्रशिक्षण □□ □□□ छात्रों त□ पहुंच क□□ उनमें ज्ञानात्मक पक्ष □□ □□□□□ □□□□ □□□□ □ वर्तमान में □□□ □ शैक्षिक महत्व □□ आवश्यकता □□ केंद्र ए□ राज्य □□□□□ द्वारा न□□ □□□□□□□ □□□□ द्वारा ल□□ की □□ □□□ □□□□□ □□ □□□ आवश्यक □□□ □□□ शिक्षा के प्रति म□□□□ शिक्षकों की अभिवृत्ति के□□□□ में संपूर्ण ज□□□□□□ प्राप्त की □□□□

2. शोध अध्ययन के औचित्य का महत्वः

□□□□□ □□ में मनुष्य □□□□□□ में इ□□□ □□□□ लिप्त हो □□□ □□□ □□ शारीरिक, □□□□□ □□□□□□□ रूप □□□□□ ग्रसित हो □□□ □□□□ □□ में संपूर्ण विश्व □□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□ □□□ विश्व □□ □□- □□□ □□□□ □□ □□□□ परिणाम □□□□□□□ हुए दे□□ □□□□ परिणाम रूपी □□ वर्तमान र□□□ में भी संपूर्ण ग□□□ □□□□

शारीरिक, [illegible] क्षेत्र प्रभावित हुआ है जिसमें शिक्षा [illegible] क्षेत्र अत्यधिक रूप [illegible] प्रभावित हुआ है [illegible] बालकों में अध्यापन [illegible] प्रति अरुचि, [illegible] की [illegible] उत्पन्न हो [illegible] क्रियात्मक रूप [illegible] निष्क्रिय हो [illegible] हैं इ[illegible] पश्चात संपूर्ण [illegible] क्रियाशीलता में [illegible] मनुष्य [illegible] पूर्ण रूप [illegible] स्वस्थ र[illegible] प्रकार [illegible] प्रशासन द्वारा [illegible] कार्यक्रमों को जागरूकता प्रदान [illegible] सर्व [illegible] बालकों [illegible] सर्वांगीण [illegible] विद्यालयों में शैक्षिक प्रक्रिया के [illegible] शिक्षकों के द्वारा [illegible] अर्थात [illegible] भविष्य [illegible] निर्माण शिक्षकों द्वारा [illegible] निर्धारित होता [illegible] स्वस्थ [illegible] स्वस्थ [illegible] स्वस्थ [illegible] रूपी [illegible] निर्माण में [illegible] शिक्षा [illegible] महत्वपूर्ण है [illegible] शिक्षिकाओं की [illegible] शिक्षा [illegible] प्रति अभिवृत्ति [illegible] आवश्यक [illegible]

[illegible] की आवश्यकता शोधकर्त्री [illegible] हुई [illegible] शिक्षा [illegible] प्रति [illegible] शिक्षिकाओं की अभिवृत्ति [illegible] प्राप्त कर [illegible] अध्ययन [illegible] विद्यालय स्तर [illegible] बालकों [illegible] क्रमिक [illegible] शिक्षण [illegible] प्रशिक्षण प्रदान [illegible]

3. सम्बन्धित साहित्य का पुनरावलोकन

सम्बन्धित साहित्य के अध्ययन द्वारा [illegible] क्षेत्र, [illegible] निर्माण [illegible] कार्यों में काफी [illegible] सम्बन्धित साहित्य की पुनरावृत्ति [illegible] में [illegible] साधनों [illegible] ध्यान में र[illegible] कार्य की रूपरेखा [illegible] में शोधकर्त्ता [illegible]

डब्ल्यू.आर.बोर्ग के अनुसार ‘‘[illegible] क्षेत्र का साहित्य [illegible] समस्त [illegible] कार्य आधारित [illegible] सम्बन्धित कार्य के प्रभावहीन [illegible] महत्वहीन [illegible] की सम्भावना [illegible] पुनरावृत्ति [illegible] वस्तुतः सम्बन्धित साहित्य के अध्ययन [illegible] में अध्ययनकर्ता का समस्त कार्य ‘‘[illegible]‘‘ [illegible] बिल्कुल भी ज्ञान नहीं [illegible]’’

ट्रैवर्स के अनुसार ‘‘[illegible] क्षेत्र की समस्याओं [illegible] तथ्यों से सुपरिचित [illegible] सम्बन्धित साहित्य [illegible] सम्बन्धित क्षेत्र में समस्याओं [illegible] तथ्यों के [illegible] में समीक्षक [illegible] नहीं [illegible] बातें [illegible] हैं [illegible] क्या [illegible] हैं।‘‘

(1) नवीता (2011) - ने महिला खेलकूद के उत्कृष्ट प्रदर्शन में योग की भूमिका नामक शीर्षक पर शोध कार्य सम्पन्न किया। https:shodhgangotri.inflibonet.ac.in....................

निष्कर्ष के रूप में प्राप्त [illegible] क्रियाएँ [illegible] कम्पोनेंट्स [illegible] खिलाड़ियों के परिणाम [illegible] परफोरमेंस [illegible] स्वास्थ्य की दृष्टि से नियंत्रित ग्रुप की अपेक्षा बहुत ही उत्साहवर्धक

[illegible] हुए है [illegible] प्रयोगात्मक [illegible] खिलाड़ियों में आश्चर्यजनक उत्साह में आत्मविश्वास में वृद्धि [illegible] की [illegible] उन्हें शारीरिक [illegible] वृद्धि [illegible]-[illegible] संवेगात्मक रूप [illegible] शक्तिशाल [illegible]

(2) दूबे एवं अन्य (2008) - ने विद्यार्थियों की स्मृति एवं विज्ञान में उपलब्धि पर योगाभ्यास के प्रभाव का अध्ययन किया।

न्यादर्श [illegible] रूप में 140 विद्यार्थियों पर वृद्धि परीक्षण [illegible]. [illegible] प्रयोग [illegible] 21 [illegible] योगाभ्यास [illegible] प्रयोगात्मक अभिकल्प [illegible]

[illegible] परिणामस्वरूप [illegible] योगाभ्यास [illegible] ज्ञान में उपलब्धि [illegible] स्मृति प[illegible] सकारात्मक प्रभाव [illegible]

(3) अग्रवाल (2008) - ने योग व ध्यान के लाभदायक प्रभाव का अध्ययन किया।

न्यादर्श के□रूप में उपापपर्चा सिन्ड्रोम के□101 □□ में से 55 □□□ □□ □□□□ □□□ शोधोपरान्त □□□ □□□ □□ □□□ □ □□ रक्तचाप, रक्त शर्करा, □□.□□.□□., कोलेस्ट्रोल स्तर नियंत्रित समू□की अपेक्षा सार्थक रूप □प्रभावित प□□ □□□

(4) दूबे (2000) - ने योग शिक्षा ग्रहण करने वाले व योग शिक्षा ग्रहण न करने वाले विद्यार्थियों का तुलनात्मक अध्ययन किया।

न्यादर्श □□रूप में माध्यमिक स्तर □□150 विद्यार्थियों को योग□□□ □ प्राणायाम छः सप्ताह □□ प्रतिदिन क□□□□ □□□

शोधोपरान्त □□□ □□□ □□ □□□ शिक्षा ग्रहण □□□□□□छात्रों में □□□□□□□□, □□□□□□, □□□ मूल्य □□□ आत्मिक शक्ति, व्यक्तिगत मूल्य □□□ शिक्षा □ ग्रहण □□□□□□छात्रों की अपेक्षा □□□□ □□□□□

(5) ऐठर एल., पैक एवं अन्य (2005) - मे‘‘बच्चों की ध्यानन सम्बन्धी समस्याओं के लिए माध्यमिक योग‘‘ का अध्ययन किया।

इस अध्ययन का उद्देश्य – बच्चो की ध्यान सम्बन्धी समस्याओं □□ अध्ययन □□□□ □□□

निष्कर्ष में पाया कि - 1.5 □□2.7 प्रतिकाचर्य में मध्यवर्त हुआ परन्तु पार्श्ववर्त अध्ययन में इ□ परिणाम □□ □□□□ □□□□ □□□ □□ □□□□ □□ योगाभ्यास □□ ध्यान सम्बन्धित समस्याओं □□□□ □□□ प्रभाव नहीं □□□□ □□□

(6) मीणा, विनीता (2006) - किशोर विद्यार्थियों की संवेगात्मक परिपक्वता का उनके व्यक्तित्व एवं उपलब्धियों पर पड़ने वाले प्रभाव का अध्ययन किया।

इस अध्ययन का उद्देश्य -

- किशोरों की संवेगात्मक परिपक्वता □□ अध्ययन □□□□
- किशोरों के व्यक्तित्व □□ अध्ययन □□□□
- किशोरों की संवेगात्मक परिपक्वता □□ □□□ व्यक्तित्व □□ □□□□□□प्रभाव □□ अध्ययन।
- किशोरों की संवेगात्मक परिपक्वता □□ उनकी उपलब्धि स्तर □□ □□□□□□प्रभाव □□ अध्ययन □□□□

निष्कर्ष रूप में पाया कि -

- □□□-□□□□□□ की संवेगात्मक परिपक्वता □□□ □□□ □□□□□ स्थिरता में □□□□□□ नहीं □□
- □□□□ □□□-□□□□□□ की □□□□□□ परिपक्वता □□□ □□□ □□□□□ □□□ में □□□ □□□□□□ नहीं □□

- -की संवेगात्मक परिपक्वता में नहीं

(7) जानकी (1999) - में कैंदियों के लिए योगाभ्यास से मिलने वाले लाभों पर अध्ययन किया।

इस अध्ययन का उद्देश्य - कैदियों पर प्रभाव

निष्कर्ष में पाया कि - दियों ने आत्मविश्वास में वृद्धि हुई में उनकी की इच्छाशक्ति तीव्र हुई है।

(8) पुलेनन पीआर (2010) - अफ्रीकी, अमेरिकी हृदय विफलता रोगियों के लिए योग के लाभ का अध्ययन किया।

अध्ययन उद्देश्य - क्या शारीरिक मनोवैज्ञानिक मापदंडों, , की गुणवत्ता में अध्ययन में 10 लोगों 8-10 सप्ताह परिणाम में हृदय रोगियों के

(9) यांग. के. (2007) - पुरानी चार बीमारियों (शरीर के वजन, उच्च रक्त चाप, रक्त शर्करा, कालेस्ट्रॉल) को कम करने में योग की भूमिका का अध्ययन किया।

अध्ययन उद्देश्य -

अध्ययन उद्देश्य कार्यक्रमों प्रकाशित अध्ययनों की समीक्षा बीमारियों पर हस्तक्षेप प्रभाव निर्धारित कर जनसंख्या रूप में 1980 2007 प्रकाशित 32 लेखों अध्ययन

परिणाम रूप में बीमारियों में प्रभावी

(10) सहाय बी.के. (2007) - मधुमेह में योग की भूमिका का अध्ययन किया।

अध्ययन का उद्देश्य - ग्लाइसेमिक नियंत्रण, कैनेटीक्स, की , व्यायाम सहिष्णुता उच्च रक्त डिस्लिपिडेमिया सहित -रूग्णता की

न्यादर्श के रूप में 150 व्यक्तियों प्रत्येक 45 योगाभ्या

निष्कर्ष में पाया कि - अध्ययनों पुष्टि की नियंत्रण में की

4. शोध समस्या कथनः-

□□□ शिक्षा के□प्रति म□□□□ शिक्षिकाओं की अभिवृत्ति का□ अध्ययन

5. अनुसंधान के उद्देश्यः

1. ग्रामीण ए□□□□□□ □□□□□ शिक्षिकाओं की □□□ शिक्षा के□प्रति अभिवृत्ति का□ तुलनात्मक अध्ययन □□□□□
2. □□□□ □□राजकीय □□□□□ शिक्षिकाओं की □□□ शिक्षा के□प्रति अभिवृत्ति का□ तुलनात्मक अध्ययन।
3. □□□□ □□□□ □□□□□ शिक्षिकाओं ए□□ग्रामीण राजकीय □□□□□ शिक्षिकाओं की □□□ शिक्षा के□प्रति अभिवृत्ति का□ तुलनात्मक अध्ययन।
4. ग्रामीण ए□□□□□□ माध्यमिक विद्यालय व उच्च माध्यमिक विद्यालय स्तर की □□□□□ शिक्षिकाओं की □□□ शिक्षा □प्रति अभिवृत्ति का□ अध्ययन।

6. अनुसंधान की परिकल्पनाः

1. ग्रामीण ए□□□□□□ □□□□□ शिक्षिकाओं की □□□ शिक्षा □े प्रति अभिवृत्ति में □□□ सार्थक अ□□ नहीं □□□□ □□□□
2. □□□□ □□ राजकीय □□□□□ शिक्षिकाओं की □□□ शिक्षा □े प्रति अभिवृत्ति में सार्थक अ□□ नहीं □□□□ □□□□
3. □□□□ □□□□ □□□□□ शिक्षिकाओं □□ ग्रामीण राजकीय □□□□□ शिक्षिकाओं की □□□ शिक्षा □े प्रति अभिवृत्ति में □□□ सार्थक अ□□ नहीं □□□□ □□□□
4. ग्रामीण □□□□□□□□ माध्यमिक विद्यालय □□ उच्च माध्यमिक विद्यालय स्तर की □□□□□ शिक्षिकाओं की □□□ शिक्षा □े प्रति अभिवृत्ति में □□□ सार्थक अ□□ नहीं □□□□ □□□□

7. चरः

प्रस्तुत □□□ में □□□ □□ वर्गीकरण निम्नानुसार है□

1. स्वतंत्र □□ = □□□□□ शिक्षिकाऐ
2. आश्रित □□ = □□□ शिक्षा □े प्रति अभिवृत्ति

8. प्रदत्तों की प्रकृतिः

1. मात्रात्मक □□□□
2. गुणात्मक □□□□

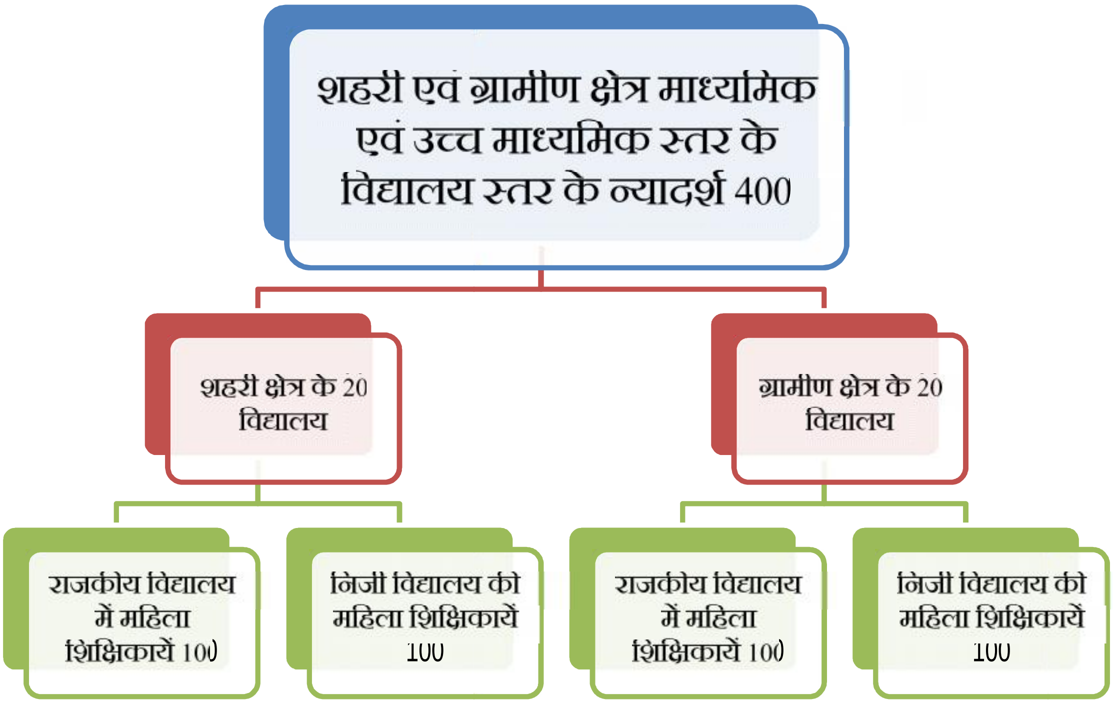
9. अनुसंधान विधिः

प्रस्तुत □□□ अध्ययन में आवश्यक तथ्यों के □□□□□ □ पश्चात् शोधार्थी □दत्त □□□□□ □□ सर्वेक्षण □□□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□

10. जनसंख्या

प्रस्तुत □□□ अध्ययन में □□□□ □□□ में □□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□ ग्रामीण क्षेत्र में □□□□□ विद्यालयों में □□□□□ □□□□□ शिक्षिकाओं की □□□ संख्या अध्ययन □□□□ निर्धारित की □□ □□□□ □□□ □□□□□ शिक्षक हैं □□□ कार्य की जनसंख्या □□□□ दोनों क्षेत्रों (श□□□ □ ग्रामीण) □े मुख्यत 20$20 विद्यालयों का □□□ □□□□ □□□ □□

11. न्यादर्शः



12. अनुसंधान उपकरण:

1. वर्तमान □□□ अध्ययन □□□□□ संग्रहण एकत्रित □□□□□□□ □□□ परिचर्चा व□ अंतर्गत प्रधानाचार्य □ शिक्षिकाओं □□ □□□□ विमर्श।
2. प्रश्नावली निर्माण सं□□□ □□□□ शिक्षिकाएं।

13. शोध का परिसीमन:

1. □□□ □□□ में □□□□□ विद्यालय
2. □□ शिक्षा □□□□□□ जानकारियां।
3. राजकीय □ □□□ विद्यालयों में □□□□ □□ कार्यरत □□□□ शिक्षिकाओं की अभिवृत्ति □□ अध्ययन।
4. □□□ □□□□□□□□□ □□□□ □ □ □ ग्रामीण क्षेत्र □□□□□ क्षेत्र में □□□□□ विद्यालयों में □□र्यरत □□□□ शिक्षिकाओं की अभिवृत्ति □□ अध्ययन।

14. सांख्यिकी प्रयुक्त विधि:

प्रस्तुत [illegible] अध्ययन में र[illegible] संग्रहण [illegible] विश्लेषण [illegible] गुणात्मक [illegible] मात्रात्मक सांख्यिकी का [illegible] [illegible]

टी- टेस्ट (t-test) एवं ग्राफिकल

संदर्भ ग्रन्थ सूची

- पाण्डेय, रामशक्ल; शिक्षा मनोविज्ञान, □□. □□□. □□ □□□□, □□□ 2003
- राष्ट्रीय शिक्षा □□□□, □□□□ □□□□□ □□□□□ मंत्रालय, □□ दिल्ली, 1986
- □□□□ □□□□□□□; शैक्षिक □□□□□□ □□□□□□, अग्रवाल पब्लिशन्स, □□□□, 2007-08
- □□□, कृष्णबीर; □□□ समीक्षा □□ मूल्यांकन इण्टरनेशनल रिसर्च □□□□ □□□□□, 2008
- सक्सेना, निर्मल; शैक्षिक प्रौद्योगिकी एवं कक्षा-कक्ष प्रबन्ध, □□□□ एण्ड कम्पनी, □□ दिल्ली, □□□□□, 2007
- शर्मा □□.□□; शर्मा प्रभा. चतुर्वेदी □□□, गर्ग □□.□□.; शिक्षा शब्दकोष, स्वाति पब्लिकेशन्स, □□□□□, 2005
- शर्मा, □□.□.; शिक्षा □□□□□□□, □र्या पब्लिकेशन्स, □□□, 2004
- शर्मा, □□.□.; शिक्षा □□□□□□□, सूर्या पब्लिकेशन्स, □□□, 2004
- https://yogainternational.com/
- https://www.heek.com/yoga/best-yoga-design
- https://www.yogapoint.com/
- https://www.yogajournal.com/